



(ಅವತೀರ್ಣ - ಮಕ್ಕಾದಲ್ಲಿ)

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

ಪರಮ ದಯಾಮಯನೂ ಕರುಣಾನಿಧಿಯೂ ಆದ ಅಲ್ಲಾಹನ ನಾಮದಿಂದ

اَلَمۡ نَشۡرَحۡ لَكَ صَدۡرَكَ ۙ﴿۱﴾

1. (ಸಂದೇಶವಾಹಕರೇ) ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ನಿಮಗಾಗಿ ತೆರೆಯಲಿಲ್ಲವೇ?[1]

وَوَضَعۡنَا عَنۡكَ وِزۡرَكَ ۙ﴿۲﴾ الَّذِیۡۤ اَنۡقَضَ ظَهۡرَكَ ۙ﴿۳﴾

2-3. ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನು ಮುರಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಹೊರೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿಂದ ಇಳಿಸಿ ಬಿಡಲಿಲ್ಲವೇ?[2]

وَرَفَعۡنَا لَكَ ذِكۡرَكَ ؕ﴿۴﴾

4. ಮತ್ತು ನಿಮಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಖ್ಯಾತಿಯ ಪ್ರಸ್ತಾಪವನ್ನು ಎತ್ತರಕ್ಕೇರಿಸಲಿಲ್ಲವೇ?

فَاِنَّ مَعَ الۡعُسۡرِ یُسۡرًا ۙ﴿۵﴾

5. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯೊಂದಿಗೆ ವೈಶಾಲ್ಯವೂ ಇದೆ-

اِنَّ مَعَ الۡعُسۡرِ یُسۡرًا ؕ﴿۶﴾

6. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯೊಂದಿಗೆ ವೈಶಾಲ್ಯವೂ ಇದೆ.[3]

---

1. ಹೃದಯ ತೆರೆಯುವುದು ಎಂಬ ಪದ ಪವಿತ್ರ ಕುರ್‌ಆನಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಬಂದಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಎರಡು ಅರ್ಥಗಳಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. 1) ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ತುಮುಲಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಇಸ್ಲಾಮಿನ ಮಾರ್ಗವೇ ಸತ್ಯ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಪೂರ್ಣ ಸಂತೃಪ್ತನಾಗುವುದು. 2) ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಧೈರ್ಯ ವರ್ಧಿಸುವುದು. ಯಾವುದೇ ಮಹತ್ತರ ಅಭಿಯಾನ ನಡೆಸಲಿಕ್ಕೂ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣತಮವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲಿಕ್ಕೂ ಹಿಂಜರಿಯದಿರುವುದು. ಪ್ರವಾದಿತ್ವದ ಉನ್ನತ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥೈರ್ಯ ಅವರಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವುದು.
2. ಅರ್ಥಾತ್- ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದ ಅಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ದುರಾಚಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಅವರ ಸಂವೇದನಾ ಶೀಲ ಸ್ವಭಾವದ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದ ದುಃಖ, ಚಿಂತೆ ಮತ್ತು ಕಳವಳದ ಹೊರೆ- ಅವರು ಈ ಬಗ್ಗೆ ಕೊರಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಡುಕನ್ನು ದೂರೀಕರಿಸುವ ಯಾವುದೇ ವಿಧಾನ ಅವರಿಗೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಚಿಂತೆ ಅವರ ಬೆನ್ನ ಮೇಲಿನ ದೊಡ್ಡ ಹೊರೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿತು. ಅಲ್ಲಾಹನು ಸನ್ಮಾರ್ಗದ ವಿಧಾನ ತೋರುವ ಮೂಲಕ ಅವರ ಮೇಲಿನಿಂದ ಈ ದುಃಸ್ಸಹವಾದ ಹೊರೆಯನ್ನು ಇಳಿಸಿದನು. ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾರವನ್ನು ಹಗುರಗೊಳಿಸಿದನು. ಅರಬ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅದರ ಹೊರಗೂ ಲೋಕದಾದ್ಯಂತ ಜನರು ತಲ್ಲೀನರಾಗಿರುವ ಕೆಡುಕುಗಳಿಂದ ಅವರನ್ನು ವಿಮೋಚಿಸಲು ಇಸ್ಲಾಮಿನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಅನಂತರ ಅವರಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಮಾಧಾನ ಮೂಡಿತು.
3. ಇದನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾವ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಮೂಲಕ ತಾವು ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೀರೋ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಉಳಿಯಲಾರದು. ಅದರ ನಂತರ ಸದ್ಯದಲ್ಲೇ ಒಳ್ಳೆಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ಪ್ರವಾದಿವರ್ಯರಿಗೆ(ಸ) ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

7. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಬಿಡುವು ಸಿಕ್ಕಿದಾಗ ದಾಸ್ಯ-ಆರಾಧನೆಯ ಪರಿಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ ಬಿಡಿರಿ. فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ ۝٧

8. ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಭುವಿನ ಕಡೆಗೇ ವಾಲಿಕೊಂಡಿರಿ.[4] وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝٨

---

4. ಅರ್ಥಾತ್- ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಲ್ಲದಾಗ ತಮ್ಮ ಬಿಡುವಿನ ವೇಳೆಯನ್ನು ಪ್ರಭುವಿನ ಆರಾಧನೆ, ಉಪಾಸನೆ ಮತ್ತು ಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಳೆಯಿರಿ. ಎಲ್ಲೆಡೆಯಿಂದ ಗಮನವನ್ನು ಸರಿಸಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರಭುವಿನೆಡೆಗೆ ಏಕಾಗ್ರಚಿತ್ತದಿಂದ ತಿರುಗಿರಿ.